

たばこを吸っている人も
吸っていない人も!!

COPDの危険度をチェック!

COPD集団スクリーニング質問票(COPD-PS™)

この質問票は、ご自身、ご自身の呼吸、またご自身ができることについてお伺いするものです。
記入にあたり、以下の質問に対し、ご自身に最もあてはまる回答のボックス(□)に☑をつけてください。

1 過去4週間に、どのくらい頻繁に息切れを感じましたか？

- ☐ まったく
感じなかった (0点) ☐ 数回感じた (0点) ☐ ときどき感じた (1点) ☐ ほとんど
いつも感じた (2点) ☐ ずっと感じた (2点)

2 咳をしたとき、粘液や痰などが出たことが、これまでにありますか？

- ☐ 一度もない (0点) ☐ たまに風邪や肺の感染症に
かかったときだけ (0点) ☐ 1か月のうち数日 (1点) ☐ 1週間のうち、
ほとんど毎日 (1点) ☐ 毎日 (2点)

3 呼吸に問題があるため、以前に比べて活動しなくなった。

- ☐ まったくそう思わない (0点) ☐ そう思わない (0点) ☐ 何ともいえない (0点) ☐ そう思う (1点) ☐ とてもそう思う (2点)

▲▲▲ 過去 12 か月のご自身に最もあてはまる回答を選んでください。▲▲▲

4 これまでの人生で、たばこを少なくとも100本は吸いましたか？

- ☐ いいえ (0点) ☐ はい (2点) ☐ わからない (0点)

5 年齢はおいくつですか？

- ☐ 35~49 歳 (0点) ☐ 50~59 歳 (1点) ☐ 60~69 歳 (2点) ☐ 70 歳以上 (2点)

得点の計算

各質問に対するご自身の回答の横にある数字を、以下の欄に記入してください。
数字を足して合計点を出してください。合計点は0から10までの間です。

1 の得点	+	2 の得点	+	3 の得点	+	4 の得点	+	5 の得点	=	合計点

合計点が4点以上の場合、あなたの呼吸の問題は慢性閉塞性肺疾患(COPD)が原因かもしれません。
COPDは、しばしば慢性気管支炎や肺気腫とも呼ばれ、時間の経過とともにゆっくりと悪化する深刻な肺の病気です。
COPDは完治しませんが、治療により症状をコントロールすることはできます。
記入し終えた質問票を医師に見せてください。合計点が高いほどCOPDにかかっている可能性が高くなります。
医師はスパイロメトリーと呼ばれる簡単な呼吸検査を行い、あなたの呼吸の問題を調べてくれます。
合計点が0から3点で、かつあなたが呼吸に問題があると感じている場合も、この質問票を医師に見せてください。
医師は、あなたの呼吸の問題がどのタイプのものか調べてくれます。

COPD Population Screener™ copyright 2012 QualityMetric Incorporated. All Rights Reserved.
COPD Population Screener™ is a trademark of QualityMetric Incorporated

Japan (Japanese) version

一般社団法人 GOLD日本委員会 推奨

4点以上は
要注意!!

肺年齢は、肺の健康状態を示すバロメーターです。
肺年齢を知ることによって、肺の健康状態を知り、早くから肺の健康を
守る生活を送ることができます。特にCOPDの可能性がある方は、
ぜひ医療機関を受診して、スパイロメトリー検査を受けましょう!



生涯健康